http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

ADAM WILUSZ.

U ŹRÓDEŁ SZCZĘŚCIA
I
ODRODZENIA SIEBIE.

INSTYTUT
BADAŃ LITERACKICH PAN
BIBLIOTEKA
00-330 Warszawa, ul. Nowy Świat 72
Tel. 26-68-66

WARSZAWA.
1931.

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

Tegoż autora ukażą się niebawem:

Ainyahita

Triolety

Impresje szkolne — Akordy

Polski Instytut Odrodzenia - Warszawa, Wilcza 19-9

http://rcin.org.pl

ADAM WILUSZ

U ŹRÓDEŁ SZCZĘŚCIA
I
ODRODZENIA SIEBIE.

MANTRAMY

INSTYTUT
BADAŃ LITERACKICH PAN
BIBLIOTEKA
00-330 Warszawa, ul. Nowy Świat 72
Tel. 26-68-63

Nakładem
Polskiego Instytutu Odrodzenia.
SKŁAD GŁÓWNY: „DOM KSIĄŻKI POLSKIEJ"
WARSZAWA
1931.

http://rcin.org.pl

COPYRIGHT BY SZ. NAJMAN, STOPNICA

3642

http://rcin.org.pl

MANTRAMY

JWielmożnemu Panu Wizytatorowi,

Janowi Michalskiemu -

z wyrazami czci

wdzięczny autor

Stopnica 23. VI. 1931 r.

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

I.

Siedem twórczych pierwiastków Jaźń człowieczą tworzy: pierwszy— Duch, dusza duszy, skra Nieskończoności; drugi—Rozum duchowy, naczynie Miłości; trzeci — wzniosły Intelekt, co świadomość mnoży; czwarty—siedlisko uczuć, mistrz wnętrznej budowy, zdrój szału i mądrości, Rozum instynktowy; piąty—źródło energji, życiodajna Prana; szósty—Ciało astralne, szata duszy dana; siódmy — Ciało fizyczne, nasz dom tymczasowy.

http://rcin.org.pl

II.

W nieśmiertelności zagłębiam się fali, znika pojęcie czasu i przestrzeni... Boskich sił słońce w mem sercu się pali, bom księciem Światła i gromem jest Cieni, Wszechbytu jądrem i duszą człowieka; ta o swym celu na ziemi pamięta, radośnie przeto rozrywa żądz pęta, w cichej ekstazie do Boga ucieka.

http://rcin.org.pl

III.

Oto w mem ręku drży harfa cudowna, brzmią wszystkie struny, zgodnie z twórczą Wolą. Płynie pieśń życia, swą treścią wymowna, ona mej duszy mlekiem jest i solą. Pieśń coraz głębsza, coraz doskonalsza... w cichych akordach umilkły żywioły... W morzach eteru drgnęła fala dalsza, echem jej wtórzą astralne anioły.

http://rcin.org.pl

IV.

Szlakiem cierpienia w prawieków niedoli, przez barbarzyństwo i śmiertelne znoje, duch mój ku Światłu wzbijał się powoli, by wniknąć Panie w tęcz Królestwo Twoje.

Wielkie zwycięstwa i klęski straszliwe, chciwość i mściwość, walka o byt krwawa—oto pochodnie w drogach Ducha żywe, w księdze postępu złotem ryte prawa.

http://rcin.org.pl

V.

Widzę na ziemi wschód dopiero słońca — zenit południa tak jeszcze daleki... przeczuć nie mogę wędrówki mej końca... O wesprzyj Panie krok chromy kaleki i prowadź zwolna a prosto do celu, wszczep w błędną duszę Bytu święte prawa, aby wśród pokus, ku czarta weselu, win gilotyna nie ścięła mnie krwawa.

http://rcin.org.pl

VI.

Odwieczne prawo: „Znaj samego siebie", będzie mi pierwszem w życiu przykazaniem — ono me szlaki wytyczy na niebie. Poznanie siebie jest siebie stwarzaniem.

Poznanie siebie — to zdrój twórczej woli, to w formie duszy widzialne tworzenie, to krąg mistyczny Boskiej aureoli, to najpewniejsze samouzdrowienie.

http://rcin.org.pl

VII.

Człek dziełem Mistrza, Mistrzem — Myśl rozumna, co rzeźbi posąg twórczej Woli dłutem... ideję wchłania astralna kolumna i formę tworzy artystycznym rzutem... jest czuciem Mistrza, Jego wyobraźnią, misterną kliszą, do kopji gotową, ciało — odlewem, ożywionym jaźnią, twórczego dzieła skutkiem i osnową.

http://rcin.org.pl

VIII.

Myśl jest zjawiskiem, siłą wiecznie żywą, wzrokiem duchowym ujętą być może — w gwiazdę ją przeto chcę zakląć szczęśliwą i rozpłomienić wokół siebie zorze. Niechaj się w puklerz oblecze miłości i jako rycerz, Cnót boskich obrońca, na drogach stanie błądzącej ludzkości z ciszą błękitu i ciepłem ze słońca.

http://rcin.org.pl

IX.

Wszystko, co widzę, jest idej odbiciem, te wciąż się rodzą i wiecznie zmieniają — Bóg jest ich Ojcem, steruje ich życiem i one w sercu człowieczem mieszkają. Przez twórczą wolę, czyn i kontemplację, oczy mej duszy wzniosą się do góry i pojmą idej tajemną wibrację, jaką przyziemne zasłaniają chmury.

http://rcin.org.pl

X.

Me „Ja“ jest cząstką oceanu Ducha, więc niezniszczalne ani też śmiertelne;

me „Ja“ pożądań cielesnych nie słucha;

me „Ja“ królestwo buduje oddzielne i jest pierwiastkiem, odrębnym od ciała... aurą dostojną wokół promienieje, słonecznym cudem na najbliższych działa i coraz wyższe roztwiera wierzeje.

http://rcin.org.pl

XI.

Rozpocznę dzisiaj wielką akademję kształcenia woli, władz wszystkich skupienia; wgłębię się myślą w duchową alchemję, by zakuć w stal czynu wzloty i natchnienia. „Ojcze nasz“ próbą będzie mi codzienną, a słowa, które w niej stają się ciałem, myślą nasycę korną i promienną...

Już się w Twe Panie oblicze wczytałem...

http://rcin.org.pl

XII.

Słać będę światu te myśli jedynie, jakiemi pragnę sam być otoczony. Wesprzyj mnie Panie w słabości godzinie, nie daj, bym krzywdził i był pokrzywdzony. A gdy rozpaczy załamie mnie brzemię i bunt się w sercu ukąszonem zrodzi, przypomnij prawo, wskazując na ziemię, że tylko Miłość z pęt nas wyswobodzi.

http://rcin.org.pl

XIII.

Posądzeń ciosy, obrazy krzywdzące, niepowodzenia, oszczercze obmowy i rozczarowań życiowych tysiące pogodnie zniosę i zawszem gotowy mojej ambicji nałożyć wędzidła, a braciom myśli, nadzieją brzemienne, spalać w swej duszy, jak wonne kadzidła, z wiarą, że wrócą, miłością promienne.

http://rcin.org.pl

XIV.

Nim oczy przejrzą i prawdy duchowe na serca krosnach rozkwitną się kwiatem, łzy wyschnąć muszą, a zgrzyty życiowe zabrzmieć symfonją, godzącą mnie z bratem.

Nim słuch odzyskam i możność mówienia z Mistrzem, co w księdze życia mego czyta, zdobyć się muszę na akt przebaczenia i wyjąć strzałę, choć drga w serce wbita.

http://rcin.org.pl

XV.

Z rąk, z serca, głowy, w tym planie istnienia zawsze najlepszy wyciągnę użytek. Wiem, jaki rozkaz dano do spełnienia i wiem, że praca — to szczęścia przybytek.

Niech zgodne z Prawem będą moje czyny, a zakon życia do Boga mnie zbliża. Wolny od lęku i od jarzma winy, zgłębię ofiarą tajemnice Krzyża.

http://rcin.org.pl

XVI.

Wszystkie me siły i ciche pragnienia w jednym kierunku zespolę ochotnie:

Niech się ku wrogom miłość wypromienia, niech policzone mi będzie stokrotnie, żem zabił w sobie odwetu porywy i żem uwierzył, że myśl każda mściwa grot w moje serce skierowuje żywy.

Błogosławiona ta chwila szczęśliwa.

http://rcin.org.pl

XVII.

Wierzę, że wszystkie duszy niepokoje, cierpienia wszystkie, życia przeciwności, mają znaczone wyższe drogi swoje i bujne plony przyniosą w przyszłości.

Wierzę w moc Prawa przyczyny i skutku, wierzę, że człowiek panem swego losu, kowalem szczęścia, lub cierpień i smutku, że drży przed sądem wewnętrznego głosu.

http://rcin.org.pl

XVIII.

Wszelką potęgę Ducha niewidzialną Chrystus nam daje, żywy Bóg wcielony, modlitwą przeto wielbię Go pochwalną... W duszy me jbiją w takt symfonji dzwony, bo dotarł do nas poprzez wszystkie plany i Ewangelję dał światu miłości...

Blask zorzy płonie w mem sercu świetlany — czuję, żem cząstką jest Jego Świętości.

http://rcin.org.pl

XIX.

Dla samej pracy, nie dla jej wyników, pracować będę chętnie i z uśmiechem; uniknę szumnych, reklamowych krzyków, interesowność mienić będę grzechem.

Niechaj z każdego radość płynie czynu, niech egoizmu nie zmyli mnie droga — czyn, rozkaz duszy, nie szuka wawrzynu — tak mnie poucza Ewangelja Boga.

http://rcin.org.pl

XX.

Baczny mój umysł niech stanie na straży, aby sugestje nie splotły go żadne; niech w magji kłamstwa sam nie gospodarzy i niech go nie tkną kłamne sieci żadne.

Opancerz Panie trwożną moją duszę przeciw złym wpływom, zdeptaj fale wrogie, bo oto walkę toczyć z sobą muszę — o zeszlij w pomoc braterskie Astrale!

http://rcin.org.pl

XXI.

Poznam potęgę wyćwiczonej woli, jaką ku dobrym nagnę zawsze czynom, serce roztworzę dla świata niedoli, przebaczać będę wszystkim ludzkim winom, wierząc, że cicha i skromna prostota nad wszelką mądrość swym lotem się wzbija, wagę i wartość ma szczerego złota, a duszy dzielnie w jej postępie sprzyja.

Fundacji im. J. J. Michalskich
ze zbiorów

http://rcin.org.pl

XXII.

Zasadę szczęścia, zdrowia i radości czytam w prawd księdze i ryję w mej duszy...

Oto gniew spalę w ognisku miłości, czujna ma wola wybuch złości zgłuszy.

Radosny pokój, uśmiech przebaczenia nieść będę w życie i uzdrawiać braci — twarda jak granit moc postanowienia śladów stóp Pana z przed oczu nie straci.

http://rcin.org.pl

XXIII.

Biorąc posiłek, owe „Dary Boże“, pamiętać będę, że z tajną istotą rzeczy się łączę, łakomstwa obrożę rozerwę zatem... miarę życia złotą zachować muszę...

Jako pan mej woli, pełen spokoju i opanowania, słabych i chwiejnych nie ulegnę doli, lecz te zachowam w życiu przykazania:

http://rcin.org.pl

XXIV.

Bezmięsne tylko jeść będę potrawy, życie przedłużą dobrowolne posty, dla żądz i pokus nie będę łaskawy, spalę za sobą dawnych błędów mosty.

Dla wszelkich stworzeń chcę być dobrym bratem, ich krwią niewinną rąk swoich nie splamię, więc przyjacielem będę im, nie katem i podam chętnie na głos krzywdy ramię.

http://rcin.org.pl

XXV.

Jeść tak potrafię, abym każdej chwili przerwać posiłek miał zdolność pogodnie. Na to ćwiczenie niech umysł się sili.

Jeść będę w miarę, z przepisami zgodnie i wnikać myślą w proces odżywiania.

Żyć będę wolą, co pęta żywioły, przed żadną próbą ma chęć się nie wzbrania — suto zastawne nie znęcą mnie stoły.

http://rcin.org.pl

XXVI.

Unikać będę zabójczych nałogów, bym snadź nie popadł w nędzę niewolnika; wolą rozumną przezwyciężę wrogów, zdepczę szatana, pokus przewodnika.

Jad alkoholu, rozpusta, morfina — nie zniszczą ciała, duszy nie zatrują — inna mnie wabi ku sobie kraina, gdzie nie popędy, lecz duchy królują.

http://rcin.org.pl

XXVII.

Górny lot ducha, czerstwe zdrowie ciała, służyć mi będą w umysłu rozwoju. Władza instynktu niech na czystość działa i niechaj z tego piję zawsze zdroju.

Cnotę niech kują władze animiczne, rozum, nauka — niech do Boga wiodą i niechaj zwalczę popędy rozliczne, co duszy mojej grozić mogą szkodą.

http://rcin.org.pl

XXVIII.

W myśl prawd odwiecznych, świadom i rytmiczny ujmę ćwiczeniem oddech doskonały, aby cudowny pierwiastek praniczny odradzał życiem organizm mój cały. Wzmoże on wolę, tajne zbudzi siły, nadprzyrodzone rozwinie zdolności, jakie uśpione w mej duszy się kryły i loty wyższe przyśpieszy w przyszłości.

http://rcin.org.pl

XXIX.

Z skarbca wszechświata zapas życia chłonę, celem wzmocnienia i rozwoju ciała... brzuszną więc wciągam z oddechem przeponę, prężą się płuca, siła twórcza działa.

Z każdym rytmicznym, głębokim oddechem, połkniętym kąskiem, z każdym łykiem wody, energja twórcza głośnem tętni echem i życiodajne wlewa w ustrój miody.

http://rcin.org.pl

XXX.

Oddech rytmiczny rządzi krwi obiegiem i powoduje materji przemianę — uzdrawia chorych nad przepaści brzegiem, hufów anielskich wiedzie karawanę... wzmaga lot myśli, twórcze władze budzi, potężną wolą na odległość działa, czyni mnie panem i świata i ludzi, a jest pancerzem dla duszy i ciała.

http://rcin.org.pl

XXXI.

Karność diety, sztuka oddychania, bez astralnego ognia oczyszczenia, tajnych dróg Ducha oczom nie odsłania, nie budzi mocy skier jasnowidzenia.

Cud miłosierdzia, milczenia potęga, miłości nektar, podany bliźniemu, najwyższe siły w złoty rydwan wprzęga — ten mnie ku niebu poniesie wyższemu.

http://rcin.org.pl

XXXII.

Ruch — prawem życia, a rytm duszą świata, wahadłem niebios w wszechistnień harmonji, w drgania Kosmosu celowo się wplata i w idealnej rozbrzmiewa symfonji.

Rytm doskonały, wolą kierowany, to poseł bogów, rdzeń wielkiego dzieła — gromadzi w centrach zdrój niewyczerpany sił życiodajnych.

Miłość je poczęła.

http://rcin.org.pl

XXXIII.

Od pokus czarta, co w odmętach złego na wolę moją i na myśli czyha, chronić mnie będzie znak Krzyża świętego i z tego będę moc czerpał kielicha.

To znak najprostszy najgłębszej syntezy, symbol sił trojga: Woli, Myśli, Ducha — otwarcie serca na łoń egzegezy, z której Prawd wiecznych ogień święty bucha.

http://rcin.org.pl

XXXIV.

Gdy dzień już nocy ciche śle westchnienia, purpury morzem płynie na spoczynek, ja z sobą czynię rachunek sumienia i ważę każdy dnia tego uczynek. Następnie duszę w całun kryję biały błogiej ufności, ciszy i spokoju...

Wszystkie wrażenia w półśnie się rozwiały, sen mnie wyzwala z codziennego boju.

http://rcin.org.pl

XXXV.

Sen — to największa codzienna przeprawa, do której życiem dnia się przygotuję — on formie duszy nowe kształty dawa, dłoń Demiurga portret mój rysuje.

Gdy na noc krótką dusza w złem stężeje, grzech ją zapłodni z pokrewnych przestrzeni i formę ciała spaczoną odleje.

Złe — zło przyciąga, brud się w brudzie pleni.

http://rcin.org.pl

XXXVI.

Każda dnia chwila pokusę przynosi i łańcuch ciągnie, by spętać nim wolę — każda namiętność rozkosz złudną głosi i zdmuchnąć pragnie ducha aureolę — lecz ja z żądz smokiem, co w człowieku żyje, igram świadomie, jak dziecię niewinne, w blasku mej duszy szatan się nie skryje i nie zawiedzie na piaski pustynne.

http://rcin.org.pl

XXXVII.

Zamknięte w sobie, samotne milczenie z największym dla nas wiąże się pożytkiem, ono wewnętrzne rozwija widzenie, chroni przed życiem rozgłośnem a płytkiem, gromadzi Ducha wartości bezcenne, a świat się księgą zrozumiałą staje.

W milczeniu wzrosłe potęgi promienne bliźnim mym braciom w miłości oddaję.

http://rcin.org.pl

XXXVIII.

W życiu ze światem, w stosunku do ludzi nieść będę spokój, mej duszy prostotę, ciszę i światło — i niech się nie zbudzi w mej duszy odwet na żadną podłotę.

Dla ludzkiej nędzy mieć będę współczucie, obce mi będą sądy i obmowy; gdy cios mnie zrani, w obrazy minucie jużem przebaczyć jest wrogom gotowy.

http://rcin.org.pl

XXXIX.

Z „wewnętrznej twierdzy“ słać będę płomienie, by grzechy świata spalić w ich pożarze — w tęczy mej duszy rozpłyną się cienie i pierzchną w otchłań Arymana straże.

Wyjdę zwycięsko z każdej z sobą bitwy, z tą, krwią zdobytą, niezachwianą wiarą, że rozkosz ziemska, to „miód w ostrzu brzytwy“, a słabość ducha wieczną grozi karą.

http://rcin.org.pl

XL.

Mam taką pewność i to przekonanie, że niebo ziemskich nie opuszcza dzieci, a kiedy toną w zwątpień oceanie, latarnia Ducha drogę im rozświeci.

W ziemskim, fizycznym planie istniejemy dla bliźnich jeno, przenigdy dla siebie... biada, gdy prawdę tę ominąć chcemy i o swym tylko myśleć będziem chlebie.

http://rcin.org.pl

XLI.

Modlitwa moja, szczera i gorąca niech z głębi serca skupionego płynie, niech o tron Pana tchnieniem każdem trąca, niech słowo jedno z harfy jej nie zginie.

Gdy w splocie z Bogiem na chwilę utonę i w cichym Ducha spocznę oceanie, na dzienne trudy zdobywam ochronę, a walka z sobą zwycięstwem się stanie.

http://rcin.org.pl

XLII.

Sobie samemu stanę się świątnicą, gdzie myśl przez słowo w czynie się uświęci — przyziemne żądze mej duszy nie schwycą i dóbr doczesnych tani blichtr nie znęci.

Nim coś uczynię, myśl mą dobrze zważę, kontroli poddam każde drobne słowo, czujne postawię u wrót duszy straże, ażeby aurą promieniała zdrową.

http://rcin.org.pl

XLIII.

Szczęście — to wartość, która nie przeminie, szczęście to prawda, wzniosły hymn radości — jest ono we mnie w tej cudu godzinie, więc się symfonją rozlewa miłości.

Świadom mej władzy nad życiem i skonem, zbudzę się, wstanę, zbiorę wszystkie siły, dzielić się będę trudu mego plonem z duszami bliźnich, które się zgubiły.

http://rcin.org.pl

XLIV.

Chcieć, Móc, Śmieć, Milczeć—

to cztery kanony, w których synteza głęboka zawarta — Sfinks jej symbolem, ów posąg natchniony, święta swą prawdą wtajemniczeń karta.

Milczeć w pokorze i cichej ufności — to walczyć z sobą, to zwyciężać siebie... najwyższa szkoła duchowej mądrości, raj tu na ziemi i królestwo w niebie.

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

Z TAMTEGO BRZEGU

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

1 Fizyczne rzucam ciało i w podniebne światy płynę wiewnym obłokiem... Niby dymów morze rozściela się podemną... Tajemnic przestworze bada drżący jak eter mój astral skrzydlaty. Oto walczą nad ziemią energje myślowe, przetkane lotem świateł, błyskawic i cieni — auryczna gra kolorów jak tęcza się mieni— krzyżują się praniczne pierwiastki życiowe. Czytam w Księdze tajemnic jasnowidza okiem, raz mię zgroza przejmuje, to znów czar zachwytu... w milczeniu się pogrążam świętem i głębokiem, a Duch rwie się stęskniony do przeznaczeń szczytu, by nasycić głód wieczny Światłości widokiem i zlać się z Absolutem, Praojcem Wszechbytu.

http://rcin.org.pl

2 *Zmysły moje astralne zdolności cudowne w tym świecie, pełnym dziwów i tajemnic mają — Słowa mrą w swem poczęciu — usta niewymowne próżno się wstrząsy wrażeń określić starają. Oczy, głębią rozwarte, każdy ruch atomu, zaklęty w wnętrzu świata, widzą w powiększeniu — wdzierają się w tajniki kamiennego złomu, gdzie suma sił potężnych dyszy w każdem drgnieniu. Wszystkie przedmioty ziemskie w postaci odmiennej żyją ruchem i barwą — lotne — przeźroczyste — płyną, porwane prądem wibracji przestrzennej. To świata realnego sobowtóry mgliste na falach się kołyszą symfonji promiennej... Ty miłością im świecisz, Zbawicielu, Chryste.*

http://rcin.org.pl

3 O gdybyś pojął mędrcze, zbrojny w wzrok astralny, wobec którego wszelkie milkną mikroskopy, ten świat, cudami tchnący, dla cię niewidzialny i gdybyś śledził twórcze molekułów tropy, wyrosłyby przed tobą nieznane przestrzenie, olbrzymie jeszcze światy i pola badania; w astralnem wówczas spektrum ujrzałbyś promienie o cudnych ultra-barwach i odczuł ich drgania. I życiaby ci pewnie mędrcze nie starczyło, byś ujął w księgę prawa w tym czwartym wymiarze, i wieleby się w mętnych pojęciach zmieniło— a ludzkośćby ci wzniosła dziękczynne ołtarze, żeś odkrył tajnie życia ducha swego siłą i przyniósł je tak nikłej jeszcze wiedzy w darze.

http://rcin.org.pl

4 Przed mym wzrokiem duchowym nic się tu nie kryje, a życie tak zawrotne i tak różnorodne, tak mieniącą się wstęgą poprzez plany wije, że myśli się mieszają, słów bogactwa głodne... Pióro w rękach się kruszy... Cząstki atmosfery, różne stopnie materji, lotne i subtelne, fluidy fizykalne, żywotne etery, wzajem w się wnikające systemy oddzielne... snopy świateł tęczowych—błyski kolorowe... To loty naszych myśli, żądze i zdolności, w szale wiecznej wibracji wciąż zmienne i nowe— Galerja charakterów w całej swej nagości... Wszystkich przeszłych wydarzeń klisze tu gotowe i skopiowane wiernie w słońcu Wszechmiłości.

http://rcin.org.pl

5 *W mistycznym ogniu pragnień płaszczyzna się zmienia — znikają w mgłach tajemnych astralne widziadła. Symfonja splotów świetlnych przycichła i zbladła — czekam nowych narodzin w ekstazie skupienia... A oto duch w mentalne, tchnieniem lotne ciało, wchodzi jak promień cicho... między Formy śpiące spływa szeptem modlitwy i etery drżące — zda się, że istnień życie w tym świecie ustało... Patrz — drgnęła jedna postać, z martwoty się zrywa i wnet ją wyższych Duchów otaczają cienie... uchodzi z nimi w sferę, już świętszą — szczęśliwa... Znika pamięć iluzji... poprzednie istnienie... I mnie krewny Przyjaciel, Duch do siebie wzywa — Ku Światłu wznoszę oczy... szczęściem się płomienię.*

http://rcin.org.pl

6 Wszystkie na tej płaszczyźnie pragnienia wyśnione dawnych przeżyć się rodzą—promienieją duchy—nie mąci hymnu szczęścia ziemski pomruk głuchy—tworzą się krewne sploty, Myślą prześwietlone... Radosna tu dla duchów doskonaleń szkoła... Mocarne rosną siły, genjalne zdolności—marzenia się stapiają w ogniu Wszechmiłości, stygmatem Swego Bóstwa naznacza Pan czoła.

O biada takiej duszy, co w materji tonie i na ziemię zarzuca kotwicę tęsknoty—korona nowych cierpień wgryzie się w jej skronie, nieświadomie nieszczęsna zrywa promień złoty... Czekać będzie narodzin w nowym ziemskim skonie i przeżywać ponownie wyższych planów loty.

http://rcin.org.pl

7 Dawnych widzę przyjaciół— pomarli przed laty — pamięć bytu ziemskiego w Świetle się rozwiała — astralnem żyją życiem przejrzyste ich ciała i pną się według Prawa w doskonalsze światy. Tu świadomość podlega władzy obecności, śmierć, krwawo opłakana, zda im się złudzeniem, więc mówią i działają za grobowca cieniem, wolni od ziemskich cierpień, łez i namiętności.

Jednych świadomość Ducha, jakgdyby uśpiona, inni zagadkę Bytu pojęli radośnie — więc prężą się ich lotne ku Słońcu ramiona, by w nowej się odrodzić, promienistszej Wiośnie, a mocą ich modlitwy tajemna zasłona, ujęta ręką Pana, wznosi się miłośnie.

http://rcin.org.pl

8 Wsparty o miłość bratnią mego Ducha Stróża, co mi wiernie w wędrówce gwiezdnej towarzyszy, w świecie Cudu się budzę, pełnym świętej ciszy... Zachwytem drżący astral w rozkoszy się nurza, bo oto marzeń szczytnych radosne spełnienie wstrząsnęło duszą tutaj... Formy-Ideały, z spiżu młodzieńczych wzlotów kuty pomnik chwały, uczucie mocy Mistrza... genjuszu natchnienie...

Czuję, że mam tu wszystko, czego mi potrzeba, za czem próżno goniłem w ziemskim oceanie, w świętej przeto ekstazie błogosławię nieba... modlitwy kornej poszept przeradza się w łkanie, tchnące szczęściem słonecznem promiennego Feba. Zagłębiam się w czarownym, mistycznym arkanie.

http://rcin.org.pl

9 Pragnąłbym wiecznie zostać w tej Cudów krainie, lecz Duch, Przewodnik jasny, nagli do powrotu, skrzydła, z tęczy utkane, rozpiął już do lotu, czar szczęścia nieziemskiego z oczu moich ginie... W myśli, że to ostatnie drogi Ducha krańce, błagam, by mnie zostawił w słońcu tem na wieki.

— Cel twój jeszcze, o bracie, rzecze on, daleki, wrócić musisz na ziemię sypać zasług szańce. Jedynie drogą walki, ziemskiego wysiłku, do światów znacznie wyższych zdobyć możesz prawo — pojmiesz je w cnót symfonji u żywota schyłku... Steruj tylko wytrwale silnej Woli nawą, wierz, że boska tkwi siła w najdrobniejszym pyłku, zerwij pęta pożądań i wzgardź ziemską sławą.

http://rcin.org.pl

10 Każda dusza ma swoje wewnętrzne granice, poza które przecisnąć treść jej się nie może; im jaśniejsze rozpalisz w sercu czystem zorze, tem głębsze czytać będziesz Bytu tajemnice.

Wszystkie Siły najwyższe spoczywają w tobie i tyś jest najcenniejszą wartością na świecie, tyś duszą żywą świata, jak zalążek w kwiecie, tyś alfą i omegą w nieobjętym Globie. I cały system gwiezdnych, niezliczonych światów zachwiałby się bez ciebie, tak jak ty bez niego, tyś kluczem rozwiązania arkannych tematów...

A cóż, pytam się w trwodze, ośrodkiem wszystkiego?

Absolut, rzecze Mistrz mój, boska Moc Fiatów) w Kosmosie bez przestrzeni i czasu lotnego.*

**) Fiat — Niech się stanie.*

http://rcin.org.pl

WIZJA.

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

1 Jak pięknym jesteś Chryste w hymnie mej tęsknoty, światło oparem złota z Ciebie promienieje — gasną w blasku Twych oczu bezcenne klejnoty, w zorzy Twej aureoli twarz słońca ciemnieje.

Szata z świetlnej purpury, gwiazdami przetkana i płomieńmi Miłości, z ramion Twoich spływa — Zjaw dostojny i boski — Dusza rozełkana, przestrachem świętym zdjęta, skrzydłem się nakrywa.

Błogosławiące ludziom, mocne, ciepłe dłonie kładziesz na duszę świata i prawa wieczyste kreślisz na kartach Bytu. W lazurowym skłonie stopy Twe białe błyszczą jak szczyty śnieżyste. Zawrotna cudów wizja... Niebo całe płonie...

O, zezwól miłościwie spojrzeć na Cię Chryste.

http://rcin.org.pl

2 *Oddech Twój twórczy, Chryste, w burzach zodjakalnych energją tchnie żywiołów, wiecznie nieruchomy, a jednak żyje wszędzie, i w światach astralnych, i wnikłym drga atomie, żywy i widomy.*

Każde z ziarenek drobnych, jakiemi zasiewa Twa ręka miłościwa Boga Ojca światy, posiada Cię w całości i chwałę Twą śpiewa — otchłanie i księżyce i węże i kwiaty. Ty kometom rozplatasz warkocze srebrzyste i wysyłasz je w błękit jako przestróg gońce, Ty na niebie rozścielasz zorze płomieniste, Ty zapalasz i gasisz rzutem Myśli słońce —

Padam na twarz przed Tobą, Zbawicielu Chryste, szczere serce Ci daję i te łzy gorące.

http://rcin.org.pl

3 Spojrzysz, a śmierć już spieszy na Twe zawołanie, śmierć, wyzwolenie z cierpień i śmierć Odrodzenie. Z Tobą wszystko jest niebem i piekieł otchłanie, bez Ciebie raj jest piekłem, a lodem płomienie.

Tyś Pielgrzym niestrudzony między mgławicami gwiazd. Uzdrowiciel cichy, wielki Mocarz Słowa, Cnota wszystkich Świętości. Mlecznemi drogami Myśl Twoja Boska płynie. Drży światów budowa, gdy nastrajasz Swą harfę i chwytasz na struny wycia ciemnych demonów i anielskie pienia, symfonję pól i lasów, grzmoty i pioruny, i te psalmy pokutne, hymny uwielbienia...

A na niebie się palą purpurowe łuny—

W duszy mej wzrasta cicho kwiat jasnowidzenia.

http://rcin.org.pl

4 Słodycz Twoja upaja. Tyś Niemożliwego, nigdy Niesłyszanego przeczystą Krynicą, Ty Nieobjawionego, Niewysłowionego jesteś, byłeś i będziesz bezcenną Skarbnicą.

W lewej Twej ręce tlą się wiekowe popioły światów dawno minionych, zaś w prawej nasiona jestestw przyszłych się iskrzą. Służą Ci Anioły — i ja błagalnie do Cię wyciągam ramiona.

O pozwól mi się kochać, podnieś serce moje, przez wiary mej cierpliwość, przez trudy Miłości — przez ciche miłosierdzie, przez cierpienia zdroje, prowadź mnie, Jezu Chryste, w krainę Światłości. Niech w zorzy Twego Zjawu znikną niepokoje —

O daj mi serce proste i pełne ufności.

http://rcin.org.pl

ODRODZONE ŻYCIE

PRZEZ CUDOTWÓRCZĄ POTĘGĘ RACJONALNIE ĆWICZONEGO ODDYCHANIA.

(„MAZDAZNAN"—według Dra O. Zar Adusht Hanish'a)

http://rcin.org.pl

Człowiek nowoczesny, który pragnie pozbyć się choroby, uwolnić od cierpień i korzystać w całej pełni z radości życia, musi wiedzieć, że jedynym, wiodącym do tego celu środkiem, jest głęboki, opanowany rytmicznie i świadomy oddech. Ćwiczony systematycznie przy wzniesionej klatce piersiowej oddech, obudzi i spotęguje te wszystkie ukryte siły i zmysły człowieka, które zapewnią mu spełnienie życzeń i pozwolą wznieść się nad przeciętny poziom szarego życia.

Podobnie jak, zaklęta już w nasieniu rośliny inteligencja, buduje korzenie, łodygę, liście, kwiaty i owoce, tak i ukryta w sercu człowieczem siła twórcza zrywa się dzięki ćwiczeniom oddechowym do lotu, powołuje do życia wszystkie, drzemiące w nas zdolności i tak je stopniowo doskonali, że ciało nasze, siły moralne

http://rcin.org.pl

i duch słoneczną i zdrową promieniejącą atmosferą.

Choćby los wplótł nas w koło najcięższych warunków życiowych, systematyczna pielęgnacja racjonalnego oddechu, przez rozbudzenie i spotęgowanie wartości indywidualnych, dozwoli nam wszystkie, piętrzące się na wąskiej ścieżce życia przeszkody i trudności pokonać.

Może właśnie w objęciu fatalnych warunków życiowych budzą się w człowieku subtelniejsze jego uzdolnienia duchowe, jak intuicja i dar wynalazczy, które nie pozwalają mu załamać bezradnie rąk i pogrążyć się w apatji.

Potrzeba zmusza go do owocnego działania i do coraz intensywniejszych twórczych wysiłków. Marnujemy nasze życie, jeżeli przez ćwiczenia oddechowe nie potrafimy uświadomić sobie i wyszkolić

http://rcin.org.pl

spoczywających w skarbcu naszego serca talentów i darów. A serce jest świątynią duszy, więc naszej indywidualności.

Przez głębokie i rytmiczne oddychanie zdobywamy zupełny spokój i pogodę ducha, mięśnie nasze i nerwy odprężają się, a „wewnętrzny głos“ serca wskazuje każdemu zbawcze środki i sposoby, zapomocą których może wykorzystać wrodzone zdolności, a tem samem zbudować nowe zupełnie, szczęśliwe i wartościowe życie. I tylko tą drogą pozbędziemy się wszystkich chorób duszy i ciała, poznamy bowiem najprostsze środki, które dla zdrowia i rozwoju naszego „ja“ okażą się najskuteczniejsze.

Obudzona i przez codzienne ćwiczenia udoskonalona potęga oddechu, otwiera nam złote bramy odrodzonego i radością tchnącego życia.

http://rcin.org.pl

Pielęgnacja i udoskonalenie oddechu opiera się na następujących, polecenia godnych ćwiczeniach.

ĆWICZENIE ODPRĘŻAJĄCE.

Odetchnij najpierw pełną piersią i w sekundach wolnego wydechu, przy pomocy skoncentrowanej woli i uwagi, przebiegając myślą wszystkie części ciała, odprężaj je kolejno: najpierw prawą nogę, prawe ramię, muskuły twarzowe, spoczywający spokojnie na dnie jamy ustnej i oparty o dolne zęby język, brodę, szyję i kark, następnie lewe ramię, lewą nogę, wreszcie narządy piersi, brzucha i podbrzusza. Wszelkie, mącące uczucie miłego bezwładu napięcia i niepokojące nas dolegliwości lub ciężary, kierować należy w duchu ku sercu, jako punktowi ciężkości naszej istoty. Zanim wciągnie-

http://rcin.org.pl

my do płuc nową falę życiodajnego powietrza, wstrzymujemy oddech przez kilka sekund i ta właśnie chwila obudza w nas poczucie zadowolenia i zdrowia — następnie wolno i z ulgą wydychamy.

Ćwiczenie to odbywać możemy bez ograniczenia, w każdej dowolnej pozycji, najlepiej jednak siedząco, aby zaś płuca mogły się dostatecznie rozszerzyć i rozwinąć, należy się wyprostować, ramiona i łopatki podać swobodnie w tył, kręgosłup oprzeć prostopadle na podstawie i podnieść ku ramionom klatkę piersiową. — Wzrok należy utkwić nieruchomo w jednym punkcie na wysokości oczu, a myśli skoncentrować wyłącznie tylko na funkcji prawidłowego oddechu.

Zależnie od stopnia zdolności umiejętnego i wyćwiczonego stanu odprężenia, sąd nasz stawać się będzie jaśniejszy

http://rcin.org.pl

i pewniejszy, myśl twórcza rozwinie skrzydła, a z każdej sytuacji życiowej wyjdziemy zwycięsko.

Należy pamiętać, że przy wszystkich ćwiczeniach oddechowych wdychamy powietrze nosem, a wydychamy ustami.

ĆWICZENIE WYDECHOWE.

Po wstępnem ćwiczeniu odprężającem przystępujemy do ćwiczeń wydechowych.

Odetchnijmy najpierw głęboko i wydalmy następnie powietrze tak, aby płuca nazupełniej się opróżniły i abyśmy już nie mogli ani odrobiny powietrza więcej wytchnąć. Następnie swobodnie, bez jakiegokolwiek męczącego natężenia, zatrzymajmy oddech około 10 sekund, lub uderzeń serca.

Po tej pauzie oddechowej wciągamy znowu głęboko powietrze, wzdychając

http://rcin.org.pl

przytem i powtarzamy to ćwiczenie trzykrotnie. Za każdym razem zatrzymujemy oddech dłużej, licząc w myśli do 15, 20, 30 i więcej sekund. W razie uczucia jakiegokolwiek zmęczenia ćwiczenie należy przerwać.

Przez powstrzymanie oddechu po zupełnym wydechu wzmacniają się nerwy i całe ciało. Ćwiczenie to można powtarzać co 3 godziny.

Oczyszcza ono krew, powoduje przemianę materji, wydala chorobotwórcze zarodki i jest polecenia godne szczególnie wówczas, gdy się czujemy zmęczeni i wyczerpani, albo wogóle chorzy.

Przy spowodowanych zanieczyszczoną krwią chronicznych katarach, wyrzutach, przy chorobach zakaźnych i skrofulicznych, ćwiczenie to jest nieocenionym środkiem leczniczym.

http://rcin.org.pl

ĆWICZENIE WDECHOWE.

Rozpoczynamy od ćwiczenia odprężającego, następnie napełniamy płuca powietrzem, podobnie, jak to miało miejsce w ćwiczeniu oddechowem, przy ogólnem odprężeniu i wzniesionej klatce piersiowej zatrzymujemy oddech około 10 sekund. Teraz, najlepiej przy stulonych wargach, wydechamy powietrze z krótkiemi przerwami (staccato), lub wśród westchnień i natychmiast po wydechu znowu głęboko wdychamy. Następnie zatrzymujemy w płucach powietrze, jak długo nam się to bez wysiłku uda, liczymy więc w myśli do 15, 20 i 30 i powtarzamy to ćwiczenie 3—5 razy. Za każdym razem staramy się wstrzymać oddech dłużej według podanych wyżej wskazówek. Ten sposób oddychania przerywanego lub wzdychającego pobudza przeponę i ożywiając ak-

http://rcin.org.pl

cję serca, które jest siedzibą naszej jaźni, rozwija wszystkie duchowe wartości człowieka. Równocześnie rozluźnia sploty nerwów sympatycznych — (splot słoneczny), które przy chorobach nerwowych są skurczone i nieczynne.

W praktyce codziennego życia dzieje się to nieświadomie przez odprężające, naturalne odruchy przy śmiechu, płaczu lub wzdychaniu.

Ćwiczenia oddechowe darzą nas natchnieniem, t. j. dzięki im wpadamy na szczęśliwe, a nieraz genjalne pomysły, które pozwalają nam byt nasz codzienny polepszyć i ozłocić słońcem pogody, zadowolenia i radości. Ćwiczenia te działają najskuteczniej rano lub wieczór. Są one ważnym i uniwersalnym środkiem na wszystkie choroby, spowodowane duchowem i maralnem wyczerpaniem, na cier-

http://rcin.org.pl

pienia nerwów, neurozę, bezsenność, histerję, chorobliwe afekty, stany silnego podniecenia i apatji, usuwają skłonność do omdleń i leczą wszelkie duchowe zaburzenia,

Jeżeli wspomniane ćwiczenie przeprowadzać będziemy systematycznie przed zaśnięciem i przejdziemy w myśli wszystkie zdarzenia dnia, od chwili rannego przebudzenia się aż do zaśnięcia, wszystkim zaś osobom, z jakiemi mieliśmy tego dnia do czynienia, poświęcimy życzliwe wspomnienie, zdobędziemy wkrótce dar dobrej pamięci. Z dniem każdym rozszerzać się będzie horyzont naszych uzdolnień i zainteresowań, a zmysł spostrzegawczy tak się zaostrzy, że wznosić się będziemy na coraz to wyższe stopnie poznania i radości życiowej.

---

http://rcin.org.pl

Bezpośrednio po rannem i wieczornem ćwiczeniu odczytajmy głośno jeden z mantramów i skoncentrujmy na nim myśl naszą i uwagę.

KONIEC.

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

http://rcin.org.pl

F
3642